

FESTIVAL DE YOGA 'VIDA SAUDÁVEL' 2025

Abertura prevista das inscrições gratuitas:

19/06

Com esta data definida, já é possível criar e divulgar o QR Code de inscrições.

ORIENTAÇÕES IMPORTANTES:

Antecipe seu cadastro na KMais:

Para agilizar sua inscrição, cadastre-se antes em www.kmaisclube.com.br.

Depois, no dia da abertura, basta acessar com seu login e senha — a inscrição é feita em menos de 1 minuto!

Suporte Rápido:

Qualquer dúvida, recuperação de senha, correção de dados ou confirmação, clique no ícone do WhatsApp dentro da plataforma KMais e fale direto com o suporte.

Camisetas:

Serão entregues no Shanti a partir de 3 dias antes do evento.

PROGRAMAÇÃO DO DIA

7h: Caminhada (Ingrid)

7h30: Cerimônia de abertura

8h: Aula do Protocolo Indiano (Rodrigo e Camila)

9h: Aula de Vinyasa (Tatiane Naigel)

9h às 10h:

Práticas simultâneas nas tendas:

* Yoga Acessível (Angélica e Carol)

* Yoga para Crianças (Milena)

10h: Meditação (Paulo Rica)

10h20: Apresentação Indiana/Kirtan

11h: Dança Circular

11h40: Encerramento

Obs: As atividades nas tendas acontecem simultaneamente à segunda aula.

O QUE LEVAR:

Tapete ou canga:

Para garantir conforto e mais segurança durante as práticas de yoga e meditação.

Garrafa de água:

Para se manter hidratado ao longo de todas as atividades.

Protetor solar:

Importante para proteger a pele, mesmo em ambientes com sombra, já que parte das atividades será ao ar livre.